

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Gerak dasar lokomotor meliputi berjalan (*Walking*), berlari (*Running*), melompat (*Jumping*). Penguasaan gerak dasar lokomotor secara benar dan efisien sangat penting karena pondasi keterampilan olahraga. Mekanika gerak yang tidak tepat, misalnya dalam melompat atau mendarat, dapat meningkatkan risiko cedera muskuloskeletal. Pembelajaran yang benar mengajarkan pola gerak yang aman dan efisien. Peningkatan partisipasi aktif ketika peserta didik merasa kompeten dan percaya diri dalam menguasai keterampilan dasarnya dan hal ini akan menyelamatkan kesadaran spasial 3d (melawan "kebutaan ruang") pada peserta didik khusus fase kelas 3 Sekolah Dasar dimana anak yang menghabiskan waktu berjam-jam menatap layar gadget hanya melatih koordinasi mata dan jari dalam ruang dua dimensi. Ini membuat saraf proprioseptif (kemampuan otak merasakan posisi tubuh) tumpul. Gerak lokomotor seperti berlari zig-zag atau melompat rintangan memaksa otak anak kembali berhitung jarak, kecepatan, dan keseimbangan di dunia nyata (3 Dimensi). Tanpa ini, anak akan menjadi lebih canggung, mudah tersandung, dan lambat merespons lingkungan sekitarnya dan perkembangan *game online* saat ini menyebabkan anak tetap dalam posisi tubuh yang kurang baik. Posisi duduk bermain *game* sambil menunduk menciptakan postur tubuh yang buruk (bahu melengkung, leher ke depan, dan otot inti/perut yang melemah). Fase kelas 3 SD adalah masa krusial pembentukan postur tulang

sebelum masuk masa pubertas. Aktivitas lokomotor menuntut tubuh untuk tegak. Gerakan melompat dan mendarat, misalnya, secara otomatis memaksa otot inti (*core*) dan otot punggung bekerja keras untuk menstabilkan tubuh, sehingga mencegah kelainan tulang belakang sejak dini.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di SD Swasta Tri Karya Medan, ditemukan adanya permasalahan signifikan dalam proses pembelajaran gerak dasar lokomotor yang berimplikasi pada rendahnya penguasaan keterampilan peserta didik. Pertama, penggunaan metode Pembelajaran konvensional dan monoton. Proses pembelajaran gerak dasar lokomotor, seperti teknik berjalan, berlari, dan melompat, masih didominasi oleh metode konvensional atau metode komando langsung (*command style*). Guru seringkali memberikan instruksi lisan dan diikuti dengan demonstrasi sederhana yang cenderung cepat dan mendalam, peserta didik kelas 3 SD (usia 8-9 tahun) masih berada pada fase operasional konkret, mereka sulit mencerna instruksi verbal yang terlalu teknis. Ciri-ciri metode ini adalah (a) minim variasi yaitu latihan cenderung diulang-ulang tanpa modifikasi atau permainan yang relevan, menyebabkan kejenuhan. (b) Kurang Menarik, pembelajaran terasa monoton dan tidak menantang, mengakibatkan peserta didik kurang termotivasi untuk mencoba atau memperbaiki gerakannya. (c) Kesenjangan Pemahaman, peserta didik dengan gaya belajar visual dan auditori tidak terlayani dengan baik, sehingga terjadi kesenjangan antara instruksi guru dan pemahaman peserta didik terhadap teknik gerak. Kedua, keterbatasan visualisasi dan pemahaman mekanika gerak. Gerak dasar lokomotor melibatkan serangkaian mekanika tubuh, seperti sudut lutut saat fase dorong lari, ayunan lengan yang

sinkron, atau urutan kontak kaki saat berjalan. Permasalahan utama dalam pembelajaran konvensional adalah (a) Sulit memvisualisasikan teknik gerak dengan benar, guru memiliki keterbatasan dalam mendemonstrasikan setiap detail gerak secara berulang dengan sudut pandang yang berbeda, peserta didik hanya melihat demonstrasi sekilas dari jarak yang terkadang jauh atau dari satu sudut pandang, membuat mereka kesulitan memvisualisasikan *kinematika* gerak yang kompleks. (b) Kurangnya *Feedback* Visual yang Instan: Metode konvensional tidak memberikan umpan balik visual yang cepat dan jelas mengenai kesalahan gerak. Peserta didik tidak dapat membandingkan gerakannya sendiri secara langsung dengan model gerak yang ideal. Ketiga, rendahnya penguasaan keterampilan gerak dasar lokomotor. Akumulasi dari metode yang monoton dan kurangnya visualisasi yang efektif berujung pada rendahnya penguasaan keterampilan gerak dasar lokomotor peserta didik. Banyak peserta didik menunjukkan pola gerak yang tidak efisien, seperti lari dengan langkah yang terlalu pendek, mendarat dari lompatan dengan lutut yang tidak fleksibel, atau ayunan lengan yang tidak sesuai.

Di era modern, khususnya di tengah perkembangan menuju Era Masyarakat 5.0 (yang mengintegrasikan ruang siber dan ruang fisik) dan Revolusi Industri 4.0, teknologi telah menjadi kebutuhan primer, bukan lagi sekunder, dalam proses pendidikan. Anak-anak yang terbiasa bermain *game* menyukai tantangan, level, dan misi melalui multimedia (seperti proyektor yang menampilkan animasi interaktif di dinding atau layar) bisa menciptakan skenario *game* di dunia nyata. Pemanfaatan teknologi secara efektif adalah kunci untuk mengatasi permasalahan pembelajaran berdasarkan angket penelitian dimana kegiatan tersebut masih menggunakan

metode konvensional, kurangnya motivasi peserta didik untuk mengikuti seluruh rangkaian pembelajaran gerak lokomotor, sering merasa tidak fokus saat guru menjelaskan teknik gerak lokomotor serta jarang guru menggunakan media berbasis teknologi (seperti video atau animasi). Pendidikan Jasmani modern harus mampu mengadopsi teknologi digital untuk meningkatkan kualitas pembelajaran, terutama dalam konteks gerak. Teknologi yang tepat dapat mendekatkan realitas ke kelas dengan membawa model gerak ideal, video atlet profesional, atau simulasi gerak yang akurat ke dalam kelas. Memungkinkan peserta didik untuk mengakses materi kapan saja dan mengulang visualisasi teknik gerak sesuai kebutuhan mereka. Media yang dirancang secara visual menarik dan interaktif dapat mengubah persepsi peserta didik tentang PJOK dari aktivitas yang membosankan menjadi pengalaman belajar yang menarik.

Untuk mengatasi semua permasalahan di SD Swasta Tri Karya Medan, solusi yang paling relevan dan kuat adalah Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Multimedia Interaktif. Media pembelajaran berbasis multimedia adalah perpaduan (integrasi) berbagai elemen media seperti Teks, Gambar (Visual Statis), Audio, dan Video (Visual Dinamis) yang disajikan secara terstruktur dan interaktif. Penggunaan multimedia interaktif ini memiliki keunggulan yang signifikan yang pertama adalah visualisasi gerak yang maksimal (Video *slow motion* dan animasi 3D memungkinkan peserta didik untuk melihat detail mekanika gerak seperti posisi sendi, sudut tubuh, dan urutan fase gerak) secara akurat dan berulang. Hal ini menjawab kesulitan peserta didik dalam memvisualisasikan teknik gerak dengan benar. Kedua adalah peningkatan interaktivitas dan motivasi, melalui media

interaktif dapat mencakup kuis, *drag-and-drop* untuk mengurutkan fase gerak, atau simulasi sederhana yang membuat peserta didik tidak hanya pasif menerima informasi, tetapi aktif berinteraksi dengan materi. Kesesuaian dengan gaya belajar dengan perpaduan teks, audio, dan visual secara bersamaan melayani berbagai gaya belajar peserta didik (visual, auditori, dan kinestetik melalui pemahaman yang mendalam). Ketiga standarisasi materi, melalui media multimedia memastikan bahwa model gerak yang diajarkan selalu konsisten dan sesuai dengan prinsip - prinsip biomekanika yang benar, mengurangi variabilitas interpretasi yang mungkin terjadi dalam demonstrasi langsung oleh guru yang berbeda.

Prinsip kesesuaian adalah yang paling utama dalam pemilihan media, yaitu media harus benar-benar cocok untuk mencapai tujuan dan tidak menimbulkan ambiguitas bagi pembelajar (Djamarah, 2020: 67). Berdasarkan latar belakang di atas, yang mencakup landasan teori PJOK, penegasan urgensi penguasaan gerak dasar lokomotor, identifikasi masalah pembelajaran konvensional yang tidak memanfaatkan perkembangan teknologi, serta solusi berupa pengembangan media berbasis multimedia, maka peneliti merumuskan judul penelitian “Pengembangan Media Pembelajaran Gerak Dasar Locomotor Berbasis Multimedia di SD Swasta Tri Karya Medan”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Metode pembelajaran gerak dasar lokomotor di SD Swasta Tri Karya Medan masih bersifat konvensional dan cenderung monoton.
2. Penggunaan media pembelajaran berbasis teknologi, khususnya multimedia, belum dimanfaatkan secara optimal oleh guru PJOK.
3. Peserta didik menunjukkan kurangnya minat dan motivasi dalam mempelajari teknik gerak dasar lokomotor
4. Sulitnya peserta didik memvisualisasikan dan menguasai teknik gerak dasar lokomotor secara mandiri di luar jam pelajaran.
5. Keterbatasan ketersediaan media pembelajaran yang secara spesifik dirancang untuk materi gerak dasar lokomotor di sekolah tersebut.

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah dan mendalam, batasan masalah ditetapkan sebagai berikut:

1. Fokus Pengembangan: Pengembangan hanya terbatas pada media pembelajaran berbasis multimedia interaktif.
2. Materi Pembelajaran: Materi yang dikembangkan hanya mencakup gerak dasar lokomotor, yaitu: berjalan, berlari, dan melompat/meloncat.
3. Subjek Penelitian: Subjek uji coba dalam penelitian pengembangan ini adalah peserta didik SD Swasta Tri Karya Medan.

4. Jenis Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan (Research and Development/R&D) yang bertujuan menghasilkan produk media.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, dapat dikemukakan rumusan spesifik dari permasalahan yang ada, permasalahan-permasalahan yang ditemui antara lain:

1. Bagaimana prosedur pengembangan media pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis multimedia di SD Swasta Tri Karya Medan?
2. Bagaimana tingkat validitas (keabsahan) media pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis multimedia menurut ahli materi dan ahli media?
3. Bagaimana tingkat kepraktisan media pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis multimedia menurut guru dan peserta didik?

1.5 Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Menghasilkan prosedur pengembangan media pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis multimedia di SD Swasta Tri Karya Medan.
2. Mengetahui tingkat validitas media pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis multimedia menurut ahli materi dan ahli media.
3. Mengetahui tingkat kepraktisan media pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis multimedia menurut guru dan peserta didik.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pendidikan, khususnya bidang PJOK, yaitu memperkaya khazanah penelitian tentang pengembangan media pembelajaran berbasis teknologi dan memberikan landasan empiris mengenai peranan multimedia dalam meningkatkan efektivitas pengajaran keterampilan gerak dasar serta bermanfaat untuk memahami sejauh mana media berbasis multimedia dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum PJOK sekolah dasar tanpa mengurangi esensi aktivitas fisik, serta bagaimana desain antarmuka yang ramah anak (*child-friendly interface*) memengaruhi kelancaran proses belajar-mengajar serta dapat menjembatani dunia digital dan aktivitas fisik anak-anak yang terbiasa bermain *game* menyukai tantangan, level, dan misi. Melalui multimedia (seperti proyektor yang menampilkan animasi interaktif di dinding atau layar) bisa menciptakan skenario *game* di dunia nyata.

1.6.2 Manfaat yang Bersifat Praktis

1. Bagi Guru

Memberikan alternatif media pembelajaran yang inovatif dan interaktif, sehingga membantu guru PJOK dalam menciptakan suasana belajar yang lebih bervariasi, efektif, dan efisien, khususnya pada materi gerak dasar lokomotor.

2. Bagi Peserta Didik

Menyediakan sumber belajar yang dapat diakses secara mandiri, menarik, dan mudah dipahami, sehingga dapat meningkatkan motivasi belajar dan membantu peserta didik dalam menguasai keterampilan gerak dasar lokomotor dengan lebih baik

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi, rujukan, atau informasi tambahan bagi yang bermaksud melakukan penelitian sejenis, khususnya mengenai pengembangan media pembelajaran berbasis multimedia pada pembelajaran pendidikan Jasmanai, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK)

